**Escuela Normal de Educación Preescolar del Estado de Coahuila**

**Ciclo 2021 – 2022**

****

**Licenciatura en Educación Preescolar**

**4° “B”**

**Tutoría Grupal**

**PITEENC**

**Maestra: Karla Griselda García Pimentel**

**Línea de Acción 3: ORIENTACION PROFESIONAL. PROGRAMA PARA GENERAR RAÍCES CON SU ALMA MATER.**

**Enfoque: Basado en el desarrollo de competencias - Centrado en el aprendizaje - Aprendizaje colaborativo.**

**Objetivos que se pretenden con la operación del PITEENC:**

* Favorecer el Desarrollo Integral de la Persona.
* Desarrollar Competencias para la vida, atendiendo al contexto real y su entorno para la adquisición de aprendizajes significativos.
* Prevenir Dificultades de aprendizaje: reprobación, deserción, fracaso y/o inadaptación escolar.
* Elevar el nivel de logro de los estudiantes.
* Contribuir a la adecuada relación e interacción entre los distintos integrantes de la comunidad educativa.

Ejercicio. Inventario final de fortalezas y debilidades

Alumna: Adanary Avigail Rodríguez Moreno

Saltillo Coahuila, Noviembre del 2021

##### Ejercicio no. 1. Inventario final de fortalezas y debilidades.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aspectos del yo.** | **Fortalezas** | **Debilidades** |
| **Yo físico.** |  |  |
| Salud y conducta física. | -No tengo antecedentes de enfermedades graves.-No me enfermo seguido.-Soy constante en refuerzos de vacunas.-Estoy en un peso adecuado. | -Cuando me llego a enfermar no me gusta comer y sólo quiero estar acostada.  |
| Deportes. | -Me gustan los deportes sin embargo no los prácticos.No los práctico | No los práctico |
| Dieta y nutrición. |  - Me gusta comer variedad de comida (plato del buen comer). |  -No tengo una disciplina en cuanto a ser constante en la dieta. -No soy constante en mis desayunos.  |
| Apariencia. |  - Me siento bien con mi cuerpo.- Seriedad. |  - Suelo ser antisocial o aburrida |
| Otros. |  -  |  - |
| **Yo social** |   |  |
| Amigo | -Sé escucharlos.-Me considero una persona fiel.-Los apoyo lo mejor que puedo.-Les hago ver que cuentan conmigo. | -No confío en cualquier persona.-En ocasiones no tengo tema de conversación.-Cuando me siento mal me aparto de mis amistades. |
| Hijo/hija | -Respetuosa.-Amorosa.-Ayudo en casa.-No soy de dar problemas.-Cumplo en mis estudios. | -En ocasiones soy muy cerrada con mi misma familia, y me gusta estar sola en mi habitación. |
| Novia (o)/esposa (o) | -Fiel-Me gusta tener un diálogo cuando hay disgustos y solucionar las cosas en el momento.-La confianza la veo como una fortaleza pero también podría ser debilidad para mi persona.  | -Cuando me ignoran o me llegan a dejar en visto los mensajes me da mucho sentimiento y siendo que en ocasiones puede llegar a parecer exagerada. -La confianza la veo como una fortaleza pero también podría ser debilidad para mi persona.  |
| Ciudadano/miembro de la comunidad | -No doy problemas. | -No soy participativa en las actividades que se lleguen a realizar. |
| Empleado | -Responsable.-Sé llevarme bien con compañeros de trabajos.-Honesta. | -A veces siento flojera de asistir o me siento muy agotada y eso afecta a mi autoestima.  |
| Estudiante | -Cumplida.-Trabajo en equipo.-Respetuosa con compañeros y maestros.-Me gusta que todo salga bien. | -Me presiono y estreso demasiado.-Me olvido de disfrutar el tiempo para mí.  |
| Compañero de cuarto | -Amigable.-Respeto su espacio.-Servicial. | -Me gusta que me den y mi espacio y cuando esto no ocurre me causa mucha impaciencia. |
| Compañero de clase | -Los sé respetar.-Ayudo con lo que puedo.-Muestro empatía.-Cumplo como miembro de un grupo. | -En ocasiones me cuesta abrirme con ellos es decir ser quien realmente soy, o soy muy serie y puede llegar a parecer que soy aburrida. |
| Miembro de un equipo o grupo (por ejemplo: deportes, banda, club, etc.) | -Responsable.-Respeto los horarios. | -No siempre muestro mi punto de vista para no ocasionar problemas.  |
| Otros. |  |  |
| **Yo personal** |  |  |
| Experiencias personales | -He sabido tener desapegos familiares.-He vivido sola. | -Siento que en ocasiones no disfruto mi vida, que se me está yendo y yo sólo vivo estresada y preocupándome por todo.  |
| Rasgos únicos | -Directa -Reservada | -A veces me falta seguridad |
| Personalidad | -Amigable.-Me considero buena persona.-Entrando en confianza soy divertida. | -Soy muy expresiva cuando algo me molesta.  |
| Yo espiritual | -Soy una persona con demasiada fe.-Creo en un Dios.-Sé que si soy buena recibiré una recompensa.  | -Personas cercanas a mí se han alejado por mi forma de ser y por no salir a fiestas o beber alcohol.  |
| Hábitos | -Me gusta realizar limpieza, eso me ayuda a pensar.-Sé control mi hábito alimenticio cuando veo que he comido muy mal. | -Duermo mucho. |
| Actitudes/opiniones | -Soy muy positiva con las personas y siempre las quiero ayudar. | -Llega un punto que para no batallar caigo en el conformismo o prefiero retirarme. -En ocasiones soy muy dura conmigo misma. |
| Ideas/pensamientos |  En realidad no sé qué poner en este aspecto  | En realidad no sé qué poner en este aspecto |
| Otros |  |  |